

Mot de mon nomPuzzle

Dans cette leçon, les élèves identifieront une variété de qualités personnelles qu'ils apprécient chez eux. Ils organiseront leurs idées sous la forme d'un acrostiche de noms ou d'un puzzle de mots qu'ils créeront eux-mêmes. La leçon comprend un petit élément de présentation en classe, qui donnera également aux étudiants l'occasion de pratiquer l'écoute de tout le corps.

Sous-Concept(s)

Bienveillance, Bienveillance

Calendrier de la leçon

35-40 minutes

Matériaux nécessaires

- ☐ Morceaux de carton ou de papier de bricolage, un par élève.
- ☐ Crayons/marqueurs de couleur

Soyez prêt à partager l'histoire ou la signification de votre nom ou du nom d'un membre de votre famille pour faire réfléchir les élèves.

Il peut être utile de préparer un acrostiche pour votre nom à titre d'exemple.

Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation sanitaire et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au Carte des normes pour plus d'informations.



DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME RECOMMANDÉ
POUR L'APPRENTISSAGE SOCIAL ET
ÉMOTIONNEL.

Voir la dernière page pour les détails.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Identifier les choses sur eux-mêmes qu'ils apprécient.
- Appliquez la réflexion sur les soins personnels à leur vie.
- Présentez leur acrostiche à la classe et pratiquez de courtes techniques de présentation.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Dans la première unité, nous avons parlé de l'importance du respect de soi en tant que pierre angulaire du respect dans notre monde. Dans cette unité, nous nous concentrons sur la bienveillance, qui intègre la compassion, la serviabilité, la gratitude et l'empathie. La bienveillance est définie comme se sentir et montrer de l'intérêt pour soi-même et pour les autres. Avec cette définition à l'esprit, essayez d'évaluer comment vous prenez soin de vous.

Self-Care est un outil essentiel pour s'assurer que nous avons le temps de redémarrer. Il n'est pas égoïste de donner du temps chaque jour pour se concentrer uniquement sur VOUS. Que faites-vous rien que pour vous chaque jour ? Si la réponse est difficile à identifier, réfléchissez à quelques idées sur la façon dont vous pouvez prendre soin de vous au quotidien. Si vous avez déjà commencé ce processus, essayez d'élargir ou d'approfondir vos soins personnels pour inclure des objectifs à long terme (comme faire de l'exercice ou suivre un cours amusant). Si vous ne vous souciez pas de vous, comment pouvez-vous espérer fournir des soins solides aux autres ?

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Avoir un exemple visuel du puzzle de mots sera probablement utile pour tous les apprenants
- Peut utiliser le terme formel « acrostiche » pour le puzzle de mots pour les étudiants intéressés
- Les étudiants avancés peuvent vouloir faire un acrostiche plus difficile en mettant leur nom au centre et en utilisant les lettres du milieu de leur nom au lieu des premières lettres, comme ceci : <https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>



Partager

5-7 minutes

Bienvenue dans notre nouvelle unité, Caring! Nous parlerons de prendre soin des autres et de ce que signifie prendre soin non seulement des autres, mais aussi de nous-mêmes et de notre espace.

À quoi ressemble le fait de prendre soin des autres pour vous ?

Invitez les élèves à répondre.

Une partie de l'offre de soins aux autres, cependant, est la capacité d'offrir des soins à nous-mêmes. Nous appelons cela les soins personnels. Pensez-y. Si vous ne prenez pas soin de vous, comment aurez-vous l'énergie de prendre soin de quelqu'un d'autre ? Vous ne le ferez pas !

Donc, aujourd'hui, nous allons réfléchir à toutes les façons dont nous prenons soin de nous et penser aux choses sur nous-mêmes qui nous rendent spéciaux.

Commençons par la façon dont nous prenons soin de nous. Quoi sont les choses faites-vous pour prendre soin de votre esprit?

Invitez les élèves à répondre ; quelques exemples de réponses sont fournis ci-dessous :

Esprit : Soyez gentil avec les autres, soyez reconnaissant, aidez les autres, dormez suffisamment, faites des puzzles, allez à l'école, lisez, respirez profondément, apprenez quelque chose de nouveau, apprenez une autre langue, jouez à des jeux d'apprentissage, regardez la télévision éducative, jouez d'un instrument.

Quelles sont les choses que vous faites pour prendre soin de votre corps ?

Invitez les élèves à répondre ; quelques exemples de réponses sont fournis ci-dessous :

Corps : Dormez suffisamment, faites de l'exercice, mangez des aliments sains comme des fruits et des légumes, dansez, aidez aux tâches ménagères, soyez actif pendant la récréation, participez à des cours de gym, faire du vélo, pratiquer un sport.



Inspirer

5-7 minutes

Parlons maintenant des choses qui nous rendent spéciaux et uniques. Il n'y a qu'un seul vous dans ce monde entier! Même si vous avez un jumeau, vous êtes toujours unique et différent de manière particulière.

Une façon que beaucoup d'entre nous sont unique en nos noms. Même si nous partageons les mêmes prénoms ou des prénoms similaires avec quelqu'un, nous avons toujours des prénoms et des noms de famille uniques qui nous rendent différents.

Est-ce que quelqu'un sait si votre nom a une histoire particulière ? Avez-vous été nommé d'après quelqu'un de spécial? A-t-il une signification particulière ?

Invitez l'élève à répondre. Menez avec la signification ou la signification de votre nom, peut-être.

Quelles sont les autres choses qui nous rendent spéciaux et uniques ?

Invitez les élèves à répondre ; encourager les réponses sur la personnalité, les intérêts, les talents, les passe-temps, etc.



Habiliter

10-15 minutes

Ok, maintenant vous allez mettre toutes vos idées sur ce qui fait de vous dans un jeu de mots amusant en utilisant votre nom. Vous pouvez le faire de plusieurs façons. Vous pouvez soit écrire votre nom verticalement sur le côté de votre papier, soit utiliser des lettres à bulles et épeler votre nom sur la page.

Pour chaque lettre, vous devez écrire un mot ou une phrase qui décrit quelque chose de spécial à votre sujet et qui commence par la même lettre. Lorsque vous avez terminé, n'hésitez pas à décorer votre puzzle de mots d'une manière qui représente toutes les choses uniques et spéciales que vous avez écrites sur vous-même.

Une fois l'acrostiche terminé, les élèves doivent décorer leur affiche d'une manière qui les représente ainsi que les mots qu'ils ont choisis pour se décrire.

Projetez un exemple sur le tableau intelligent ou écrivez un exemple sur le tableau blanc. L'exemple peut être n'importe quel nom, mais peut être plus significatif s'il s'agit du nom de l'enseignant.

Exemple: <https://www.pinterest.com/pin/517069600952146227/>



Refléter

5-7 minutes

Invitez les élèves à partager leur puzzle de mots acrostiche. Vous voudrez peut-être rassembler les élèves dans leur espace de réunion du matin ou quelque part en groupe (au lieu de bureaux) et installer une chaise spéciale où les personnes présentant leurs énigmes peuvent s'asseoir pendant que le reste de la classe s'assoit sur le tapis/sol devant eux. Cela aide à souligner l'idée que la personne qui présente est spéciale et importante. Rappelez aux élèves d'utiliser l'écoute de tout le corps.

Rappelez-vous que tout le monde dans notre classe est spécial et a des choses importantes à ajouter à notre classe. N'oubliez pas de prendre soin de votre esprit, de prendre soin de votre corps et de croire à quel point vous comptez pour moi et pour tout le monde dans notre classe ! Si nous ne prenons pas soin de nous, nous ne pouvons pas prendre soin les uns des autres, alors prenez du temps chaque jour pour faire quelque chose de sain et spécial pour vous-même. N'oubliez pas non plus que montrer de la gratitude, aider les autres et être gentil font que notre cerveau et notre corps se sentent bien. Nous sommes plus heureux quand nous sommes reconnaissants. Travaillez dur pour être reconnaissant, aider et être gentil avec ceux qui vous entourent !



Idées d'extension

- Envisagez d'accrocher les acrostiches autour de la pièce ou sur un tableau d'affichage, ou de les plastifier et en utilisant sous forme de cartes de nom de bureau (scotchées ou accrochées à l'avant du test ou collées au dos de la chaise).
- Vous pouvez laisser les élèves découper des mots dans des magazines qui les décrivent et les scotcher ou les coller sur leur acrostiche. Vous pouvez également les laisser découper des images qui les représentent et les coller ou les coller dans le cadre de la décoration finale.



DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME
RECOMMANDÉ POUR
L'APPRENTISSAGE SOCIAL
ET ÉMOTIONNEL.

Le Collaboratif pour l'apprentissage scolaire, social et émotionnel (CASEL) examine les programmes SEL fondés sur des données probantes depuis 2003. Kindness in the Classroom® répond au programme SElect de CASEL et est inclus dans le [Guide CASEL pour des programmes efficaces d'apprentissage social et émotionnel](#).

Kindness in the Classroom® a atteint ou dépassé tous les critères de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité. Kindness in the Classroom® a reçu la plus haute distinction de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®